

ಸಾಕ್ಷಿ

ನಾವು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸಲು ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯಿಂದ, ನಾವು ಸಾಧಿಸಿದ ಜಯಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾದ ಸುಖವೇ ಲಭಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ ಹೊರತು ಶಾಶ್ವತವಾದ ಆನಂದವು ಮಾತ್ರ ಲಭಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ಆನಂದವನ್ನು, ಪರಮಾನಂದವನ್ನು, ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು, ಕರುಣೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದರೆ ನೀವು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಈಗ ವಿವರಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಯಾವುದೇ ಅನುಭವದಲ್ಲಾಗಲೀ ಮೂರು ವಿಷಯಗಳು ತಪ್ಪದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುವವನು, ಗಮನಿಸಲ್ಪಡುವುದು, ಮೂರನೆಯದು ಆ ಎರಡನ್ನೂ ಬೆರೆಸುತ್ತಿರುವ ಸಂಬಂಧ, ಅನುಭವ. ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುವವನು ಮತ್ತು ಗಮನಿಸಲ್ಪಡುವುದು ಎನ್ನುವವು ಸಾಕ್ಷಿಯ ಎರಡು ಅಂಶಗಳು, ಅವೆರಡೂ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಕರಗಿಹೋದರೆ, ಒಂದಾದರೆ ಮಾತ್ರ ಸಾಕ್ಷಿ ಎನ್ನುವವನು ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಉದಯಿಸುತ್ತಾನೆ.

ತುಂಬಾ ಜನರು ಗಮನಿಸುವವನೇ ಸಾಕ್ಷಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಗಮನಿಸುವವನು ಸಾಕ್ಷಿ ಅಲ್ಲ. ಗಮನಿಸುವವನು ಸಾಕ್ಷಿಯ ಒಂದು ಭಾಗವು ಮಾತ್ರ. ಯಾವಾಗ ಭಾಗವು ತಾನೇ ಸಂಪೂರ್ಣವೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತದೋ, ಆಗ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉದ್ಭವವಾಗುತ್ತವೆ.

ಗಮನಿಸುವವನು ಕರ್ತ ಮತ್ತು ಗಮನಿಸಲ್ಪಡುವುದು ವಸ್ತು. ಗಮನಿಸುವವನು ಎಂದರೆ ಅರ್ಥ ವಸ್ತು ಹೊರಗಡೆ ಇದೆಯೆಂದು ಹಾಗೆಯೇ ಮತ್ತೊಂದು ಅರ್ಥ ವಸ್ತು ಒಳಗಡೆಯೂ ಸಹ ಇದೆಯೆಂದು. ಒಳಗೆ-ಹೊರಗೆ ಎನ್ನುವವು ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವೆರಡೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಯಾವಾಗ ಗಮನಿಸುವವನು ರಾಗ-ದ್ವೇಷಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತಾನೋ, ಆಗ ಅವನ ಎಲ್ಲಾ ಬಂಧಗಳು ತೊಲಗಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗುತ್ತಾನೆ. ಸ್ವಚ್ಛವಾದಾಗಲೇ ಅಥವಾ ನಿರಾಕಾರನಾದಾಗಲೇ ಅಥವಾ ದ್ವಂದ್ವಗಳಿಗೆ ಅತೀತವಾಗಿ ತಲುಪಿದಾಗಲೇ ಒಳಗೂ, ಹೊರಗೂ ಎಲ್ಲಾಕಡೆಯೂ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗ ಈ ಮಿಲನವನ್ನು ಅಥವಾ ಏಕತ್ವವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೋ ಆಗ ಸಾಕ್ಷಿ ಉದಯಿಸುತ್ತಾನೆ.

ನೀವು ಸಾಕ್ಷಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇಯಾದರೆ, ಕೇವಲ ನೀವು ಗಮನಿಸುವುದನ್ನೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಎಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಹಾಗಾದರೆ ಸಾಕ್ಷಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಬೇಕೆಂದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಕರ್ತ ಹಾಗೂ ವಸ್ತು ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡುತ್ತಿರುವ ಅನುಭೂತಿಯಲ್ಲಿ ಕರಗಿಹೋಗಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಗುಲಾಬಿ ಹೂವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ನೋಡುವ ವಸ್ತು ಇದೆಯೆಂದು ನೀವು ಅದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವಿರನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮರೆತು ಹೋಗಬೇಕು. ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡುತ್ತಿರುವ ಅನುಭೂತಿ, ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರನ್ನೂ ಮುಳುಗಿಸಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನೀವು ಮತ್ತು ಗುಲಾಬಿ ಹೂವು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರದೇ, ಆನಂದಪರವಶೆಯಲ್ಲಿ ಐಕ್ಯವಾಗಿರುತ್ತೀರಿ.

ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ನೀವು ಏನೇ ಗ್ರಹಿಸಿದರೂ, ನೀವು ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಐಕ್ಯವಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರಿ. ಇಂಥಹ ಅನುಭವ ಮತ್ತೇ ಮತ್ತೇ ಮರುಕಳಿಸಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಿ. ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಬಾರಿ ನಡೆಯುತ್ತದೋ ಅಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಏಕೆಂದರೆ ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದೆನ್ನುವುದು ಒಂದು ಕಲೆ ಅಲ್ಲ, ಅದೊಂದು ಜಾಣ್ಮೆ, ಕೌಶಲ್ಯ,

ನೈಪುಣ್ಯ. ಚತುರತೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಾಧಿಸಬೇಕೆಂದು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೀವು ಇದನ್ನು ಒಂದು ಸಾರಿ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ನೀವು ಅದನ್ನು ಯಾವ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಾದರೂ, ಎಲ್ಲಾದರೂ ಉತ್ತೇಜಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಕ್ಷಿ ಉದಯಿಸಿದಾಗ, ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಗಮನಿಸುವವನು ಯಾರೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಗಮನಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಸಹ ಏನೂ ಉಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿರುವ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಚೈತನ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಶಕ್ತಿಯು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಚಾತುರ್ಯ ಎನ್ನುವುದು ಬದಲಾಗದೇ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಅಲ್ಲ. ಐಕಮತ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಾ, ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಬೆರೆಯುತ್ತಾ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಚುರುಕಾದ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಗುಲಾಬಿ ಹೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೇರುವುದು, ನೀವು ಗುಲಾಬಿ ಹೂವಿನ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು, ಇದೆಲ್ಲಾ ಎರಡು ಅಸ್ತಿತ್ವಗಳು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಂಥವು.

ಆದುದರಿಂದ ಗಮನಿಸುವವನೇ ಸಾಕ್ಷಿ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡಿ. ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಸಾಕ್ಷಿ ಎನ್ನುವುದು ಕೇವಲ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ, ನಡೆದುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಗಮನಿಸುವುದೆನ್ನುವುದು ಒಂದು ವಿಧದ ಏಕಾಗ್ರತೆ. ಗಮನಿಸುವುದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಅಹಂ ಮತ್ತಷ್ಟು ದೃಢವಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವೆಷ್ಟು ಗಮನಿಸುವಂತವರಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತೀರೋ ಅಷ್ಟೊಂದು ವಿಭಜನೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ದೂರವನ್ನು ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ.

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ, ಮಾರ್ಮಿಕರು (ರಹಸ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದವರು) ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಯಾವುದನ್ನೂ ಬಿಡದೇ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವರು ದೇವರನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವರ ಗಮನಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನೈಪುಣ್ಯತೆ ಇದ್ದರೂ ದೇವರ ಸುಳಿವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಎಷ್ಟೊಂದು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೋ ಅಷ್ಟೊಂದು ಅವರು ಈ ಅಸ್ತಿತ್ವದಿಂದ ವಿಭಜನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ದೂರವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಇಬ್ಬರನ್ನೂ ಸೇರಿಸುವ ಸೇತುವೆ ಕುಸಿದು ಗೋಡೆಗಳ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಅಹಂಕಾರದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಮಿಕರೆಂದರೆ ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಅಡಗಿರುವ ದೈವವನ್ನು ಮತ್ತು ದೈವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡವನು ಎಂದು ಅರ್ಥ.

ಮಾರ್ಮಿಕನು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಗುರುತಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಸಾಕ್ಷಿ ಎನ್ನುವುದು ನಡೆದು ಹೋಗುವುದು. ಯಾವ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಾಗಲೀ ಯಾವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಾಗಲೀ, ಯಾವ ಅನುಭವದಲ್ಲಾಗಲೀ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇರುವುದರಿಂದಾಗಿ ಏರ್ಪಡುವ ಉಪಫಲಿತಾಂಶ (ಉಪ ಪರಿಣಾಮ-By Product). ಆದುದರಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣತೆ ಎನ್ನುವುದು ಬೀಗದ ಕೈ: ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಸಾಕ್ಷಿ ಉದಯಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಗಮನಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮರೆತು ಬಿಡಿ. ಅದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ-ಚೈತನ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮರೆತುಹೋಗಿ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತೀರಿ.

ವಿಜ್ಞಾನವೆನ್ನುವುದು ವಸ್ತುವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದ್ದು, ಕಲೆ ಎನ್ನುವುದು ಕರ್ತನಿಗೆ (ವಿಷಯ-Subject) ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿದ್ದು. ಆದರೆ ಮತವೆನ್ನುವುದು ಕಲೆ ಮತ್ತು ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುವುದು ಅಲ್ಲ. ಮತವೆನ್ನುವುದು ಕರ್ತ ಮತ್ತು ವಸ್ತುವು (Subject-Object) ಗಳೆರಡರ ಮಿಲನ, ಮತವೆನ್ನುವುದು ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿರುವ ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರುಗಳ ಮಿಲನ. ಮತವೆಂದರೆ ದ್ವಂದ್ವದ ವಿಭಜನೆ ಮಾಯವಾಗುವುದು. ಮತದಲ್ಲಿ ರೂಪವನ್ನು ಧರಿಸಿದ

ದ್ವಂದ್ವ ಶಕ್ತಿಗಳು, ಅವು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ರೂಪಗಳನ್ನು ತೊರೆದು, ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಮುಗ್ಧತೆಯಿಂದ ಒಂದಾಗಿ ನೃತ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಿ ಸಂಯೋಗ (Synthesis-mating) ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಆ ಸಂಯೋಗವೇ ಸಾಕ್ಷಿ.

ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಲ್ಪಡುವ ವಸ್ತುವೆಂದರೆ, ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ಹೃದಯದಲ್ಲಿ, ಇರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅಂದರೆ ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲದೇ ಕೆಟ್ಟದನ್ನೂ ಸಹ ಗಮನಿಸುವವನ ಸಂಯೋಜನೆ ಸಂಭವಿಸಬೇಕೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ಅಂದರೆ ಕೆಟ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳೊಂದಿಗೂ ಸಹ ಅವನ ಮಿಲನ ಸಂಭವಿಸಿ ಅದರ ಮೂಲಕವೂ ಸಾಕ್ಷಿ ಉದಯಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಗಾದರೂ ನೀವು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ನಿರುತ್ಸಾಹಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದರೆ, ನೀವು ಅದರೊಂದಿಗೇ ಇದ್ದು, ಏನು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೋ ಕಾದು ನೋಡಿ. ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯದವರೆಗೆ ನಿರುತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ದೈವ-ದೈವ ಶಕ್ತಿಯ ಹೊರತಾಗಿ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ರೂಪವನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಸೃಷ್ಟಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಾ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯು ತಾನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ನಿಯಮವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನಿರುತ್ಸಾಹದಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಚಲಿಸುತ್ತಾ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನಿರುತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಯು ತಾನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡ ನಿಯಮವನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ನಿರುತ್ಸಾಹವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದ್ದೇಯಾದರೆ, ಅದು ಪ್ರತಿಕ್ಷಣ ಚಲಿಸುತ್ತಾ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ನವೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದುದರಿಂದ ಮೊದಲು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೇ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದು ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ನೀವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡದೇ ಅದನ್ನು ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗಲೇ ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಪರಿವರ್ತನೆ ಎನ್ನುವುದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆನಂತರ ನಿರುತ್ಸಾಹದ ಅನುಭೂತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು. ಅದರ ರುಚಿಯನ್ನು ನೋಡಿ, ಅದನ್ನು ನಿಂದಿಸಿ, ಅಳಿ, ಹೊಗಳಿ, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಉಲ್ಲಾಸವಾಗಿ ಆಟವಾಡಿ, ಅದಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ನೀಡಿರಿ, ಅದೇ ನೀವಾಗಿಬಿಡಿ. ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿರುತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಶೃತಿಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ನಿರುತ್ಸಾಹದೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮಿಲನ ಸಂಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಆನಂತರ ಅದರಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಅರಿವು (Awareness) ಅಥವಾ ಸಾಕ್ಷಿ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾರು ನಿರುತ್ಸಾಹವನ್ನೂ ಸಹ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾರೋ ಅಂಥವರು ನಿರುತ್ಸಾಹದಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದರ ಪರ ತಿರಸ್ಕಾರ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಇದ್ದಾಗಲೇ ನಿರುತ್ಸಾಹವೆನ್ನುವುದು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆಗಲೇ ನೀವು ಅದರಿಂದ ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲೂ ಈ ಅಶಾಶ್ವತ ತತ್ವವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಯಾದ ದುಃಖದೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಹೇಗೆ ಐಕ್ಯವಾಗಬೇಕು, ದುಃಖವನ್ನು ಪರಮಾನಂದವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು "ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನು" ಎನ್ನುವ ಟಾಪಿಕ್ ಅನ್ನು ಓದಿ.

ಅದೇ ರೀತಿ ತುಂಬಾ ಜನರು "ನಾನು ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಇರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಆದರೂ ಸಹ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಭಯ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತಿದೆ" ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ

ಇರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಭಯಪಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅಥವಾ ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಾದರೂ ಪ್ರಭಾವಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅದು ಸರಿಯಾದ ಸಾಕ್ಷಿ ಸ್ಥಿತಿ ಅಲ್ಲವೆಂದು ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನೀವು ಅದಕ್ಕೆ ಎಳೆಪಟ್ಟು ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗದೇ ಅದನ್ನು ದಿವ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾ ಅದಕ್ಕೆ ಅತೀತವಾಗಿ ನೀವು ತಲುಪಿ, ಆನಂದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ ಹಾಯಾಗಿ ಇದ್ದಾಗಲೇ ಅದು ಸರಿಯಾದ ಸಾಕ್ಷಿ ಸ್ಥಿತಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಈಜು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದಾಗ, ಮೊದಲು ನೀವು ನೀರನ್ನು ಕಂಡು ಭಯಪಡುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಸಾಹಸ ಮಾಡಿ ನೀವು ಅದರಲ್ಲಿ ಧುಮುಕಿದಾಗ ಮೊದಲು ನಿಮಗೆ ಭಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಕಕ್ಕಾಬಿಕ್ಕಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ. ಆದರೂ ಸಹ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದರೂ ಈಜಲು ಬರದಿದ್ದರೆ ಇತರರ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಈಜಲು ಬರುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ನೀವು ಸರಾಗವಾಗಿ ಈಜುವುದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ನೀರಿನ ಪರ ಇರುವ ಭಯ ಹೊರಟುಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಅಂದರೆ ನೀವು ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುತ್ತೀರಿ. ಆಗ ನೀವು ಅದರ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಚೆಂಡಿನಂತೆ ಹಾಯಾಗಿ ತೇಲುತ್ತಾ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ತೇಲುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೇ ನಾನು ಸಾಕ್ಷಿ ಸ್ಥಿತಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭಯವಿಲ್ಲದೇ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಇರುವುದೇ ನಿಮ್ಮ ಗುರಿ. ನೀವು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಧುಮುಕದೇ ಅದನ್ನು ನೀವು ಎಷ್ಟೇ ಸಮಯ ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅದರ ಪರ ನಿಮಗಿರುವ ಭಯವು ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಪಕ್ಕದಿಂದ ನಡೆಯುತ್ತಾ ನೀವು ಸಮುದ್ರವನ್ನು ತಲುಪಿದರೂ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಯ ಭಯ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಸಮುದ್ರವು ಅನಂತವಾದ ವಿಸ್ತರಣೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಅನಂತವಾದ ಆಳವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, ಎಲ್ಲದರೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮಿಲನ ತಕ್ಷಣ ಸಂಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು, ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬೆರೆಯುತ್ತೀರಿ. ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದವುಗಳೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಬೆರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ಅವುಗಳೆಂದರೆ ಇಷ್ಟವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಭಯ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಮೊದಲು ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಅವು ಯಾವಾಗ ಶತ್ರುವಿನಂತೆ ಇರುತ್ತವೆ? ಯಾವಾಗ ಮಿತ್ರನಂತೆ ಇರುತ್ತವೆ? ಅವುಗಳಿಂದಾಗುವ ಲಾಭ ನಷ್ಟಗಳೇನು? ಎನ್ನುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಗಮನಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಶಕ್ತಿಯ ರೂಪಗಳೆಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಗುಣವು ಮತ್ತು ಕೊಲ್ಲುವ ಗುಣವು ಇರುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಗುಣ ಇದೆಯೆಂದು ಅನುಭವದಿಂದ ನೀವೆಷ್ಟು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರೋ ಅಷ್ಟು ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಯೋಗ ಸಂಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಂದರೆ ಕೆಟ್ಟ ಶಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಶತ್ರುತ್ವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ನೀವು, ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಿತ್ರತ್ವವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು, ಅವುಗಳ ಪರ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾದ ನಂತರವೇ, ನೀವು ಅವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಐಕ್ಯವಾಗಲು ಸಾಹಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀರೆನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ.

ಅಂದರೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾ ಕೇವಲ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು, ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವೆಂದು, ಅದೇ ರೀತಿ ನಾನು ಯಾರು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ, ಕೇವಲ ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಅಂದರೆ ಕರ್ತನನ್ನೇ (ವಿಷಯವನ್ನೇ)

ಗಮನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹ ಕಡ್ಡಾಯವೆಂದು ಗುರುತಿಸಿರಿ. ಆದರೆ ಈ ಎರಡು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ "ನಾನು" ಗೆ ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ನಡುವೆ ವಿಭಜನೆ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಈ ಜ್ಞಾನವೆನ್ನುವುದು ನಿಮಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾದ ಸುಖವನ್ನೇ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳ ನಡುವೆ ಸಂಯೋಜನೆ ನಡೆದಾಗಲೇ ಶಾಶ್ವತ ಆನಂದ ಲಭಿಸುತ್ತದೆಂದು, ಆದುದರಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನಕ್ಕಿಂತ ಯೋಗವೇ ಉತ್ತಮವಾದುದೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಶತ್ರುತ್ವದಿಂದ ಮಿತ್ರತ್ವ, ಮಿತ್ರತ್ವದಿಂದ ಏಕತ್ವದ ಕಡೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣ ಸಾಗಬೇಕೆಂದು ಗ್ರಹಿಸಿರಿ. ನೀವು ಮಿತ್ರರಾಗಿ ಇದ್ದರೂ ನಿಮಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾದ ಸುಖವೇ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಇನ್ನೂ ವಿಭಜನೆ ಎನ್ನುವುದು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುವುದರಿಂದ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಿತ್ರತ್ವವು ಯಾವ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಾದರೂ ಶತ್ರುತ್ವವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವ ಅವಕಾಶ ಇದೆ ಆದ್ದರಿಂದ, ಬೆರೆತು ಒಂದಾದಾಗಲೇ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಆನಂದವು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಾನು ಹೇಳಬಯಸುವುದು ಏನೆಂದರೆ, ಸಂಯೋಜನೆ ಎನ್ನುವುದು ನೀವು ಸೃಜನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯಾವುದರೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದರೂ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರೆನ್ನುವುದು ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲ, ನೀವು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತೀರೆನ್ನುವುದೇ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆ. ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಿರೋ ಅಥವಾ ಅದಷ್ಟಕ್ಕದೇ ನಡೆಯಲು ಅನುಮತಿ ನೀಡುತ್ತಿರುವಿರೋ ಎನ್ನುವುದೇ ಅಂತಿಮ ಪ್ರಶ್ನೆ. ನೀವು ಸಂಯೋಗ (ಏಕೀಕರಣ) ನಡೆಯಲು ಅನುಮತಿಯನ್ನು ನೀಡಿದರೆ, ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಸಂಯೋಜನೆ ನಡೆದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ನೀವು ಅಕಾಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ (Suddenly) ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಕೇವಲ ಗಮನಿಸುವವನು ಗಮನಿಸಲ್ಪಡುವುದು ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಬೆರೆತು ಒಂದಾದಾಗಲೇ ಇದು ಸಂಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

** ಇದನ್ನು ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಯಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಓದಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಓದಬಹುದು.

<http://darmam.com/downloads/telugutopics/14.sakshi.pdf>

** ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಅನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕೇಳಬೇಕೆಂದು (To Listen) ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಕೇಳಬಹುದು (Listen)

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL7sfndcUtXfluvXK-CsihXrxGyyIjh8n6>

** ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಅನ್ನು ತೆಲುಗು, ಇಂಗ್ಲೀಷ್, ಕನ್ನಡ, ಹಿಂದಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಓದಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವವರು ಈ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಓದಬಹುದು. <http://darmam.com/library.html>

** ಈ ಕೆಳಗಿನ ಲಿಂಕನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಆಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ ಮತ್ತು ಟಾಪಿಕ್ ಗಳನ್ನು ಓದಿದರೆ ನಿಮಗೆ ನ್ಯೂ ಎನರ್ಜಿ-ಅದ್ವೈತ ಕಾನ್ಸೆಪ್ಟ್ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

<http://darmam.com/important-topics.html>